

# Janúar

2022

Kópavogsskóli

Gleðilegt nýtt ár.



Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur
						1
2	3	4 Kjöt í karrý og hrísgrjón	5 Blómkálsúpa, og heimabakað brauð	6 Nætursöltuð ýsa, kartöflur og rúgbrauð.	7 Lasagna og hvítlauksbrauð	8
9	10 Soðin fiskur, kartöflur og smjör	11 Lamb í tikka masala og hrísgrjón	12 Grjónagrautur og slátur	13 Ofnbakaður lax Bygg og sítrónusósa	14 Kjúklinga taco og hrísgrjón	15
16	17 Langa í hvítlauk og bygg	18 Mexícó hakkréttur og hrísgrjón	19 Matar mikil gúlassúpa og brauð	20 Fiskibollur með karrýsósu og hrísgrjón	21 <b>Bóndadagur</b> Bjúgur með uppstúf <b>Þorrasmakk</b>	22
23	24 Soðin fiskur kartöflur og grænmeti	25 Grænmetisbuff bygg og salsasósa	26 Kjötsúpa og brauð	27 Steiktur fiskur í raspi, kartöflur og remúlaði	28 Pizza <i>Hádegisverður valinn af 7.bekk</i>	29

Ávaxta- og salatbar er með öllum mat á matseðlinum okkar